

Publication: Virat Gujarat

Edition: Ahmedabad

Page No: 3

Date: 7.10.16

Headline: Diabetes induced heart diseases are on rise by 16% in Ahmedabad reveals Indus Health Plus Report

અમદાવાદમાં ડાયાબીટીસ પ્રેરિત

હૃદય રોગમાં ૧૬ ટકાનો વધારો: ઇન્ડસ હેલ્થ પ્લસ એબ્નોર્મલિટી રિપોર્ટમાં તારણ

દેશભરમાં દર વર્ષે ૨૯મી સપ્ટેમ્બરે વર્લ્ડ હાર્ટ ડે પાળવામાં આવે છે. વર્લ્ડ હાર્ટ ફેડરેશનની આ વૈશ્વિક પહેલમાં આ વર્ષે દરેકેદરેકને આરોગ્યવર્ધક હૃદય અને તેને મજબૂત રાખવાનું મહત્ત્વ સમજાવવામાં આવશે. હૃદય રોગોને દૂર રાખવા માટે જીવનશૈલીમાં સીધીસાદી સુધારણા અપનાવવા માટે સમુદાયોને માહિતગાર કરવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવશે.

આ પરિપ્રેક્ષ્યમાં સ્ટર્લિંગ એડવાઈઝ ઈન્ડિયા લિમિટેડ સાથે સહયોગમાં એબ્નોર્મલિટી રિપોર્ટ જારી કરવામાં આવ્યો છે, જે હૃદય રોગોના વધતા પ્રવાહ વિશે ચેતવે છે. અધ્યયન હેઠળ જાન્યુઆરી ૨૦૧૫ - ઓગસ્ટ ૨૦૧૬ દરમિયાન ૧૮,૪૦૫ લોકો પર પ્રતિબંધાત્મક આરોગ્ય તપાસ કરવામાં આવી હતી. તેનો રિપોર્ટ સંકેત આપે છે કે અમદાવાદમાં નોકરી કરતા સરેરાશ ૧૬ ટકા લોકો ડાયાબીટીસ પ્રેરિત હૃદય રોગો ઉદભવવા માટે કમજોર છે. એકંદરે ૧૩.૧૦ ટકા પુરુષો અને ૧૦.૩૫ ટકા સ્ત્રીઓ હૃદયની બીમારીના જોખમથી પીડાઈ રહ્યાં છે. આમાં ૨૫-૩૫ વય વર્ષની ૨૫ ટકા યુવા વસતિને ડાયાબીટીસનું જોખમ છે અને તેથી હૃદય રોગોનું સંભવિત જોખમ વધ્યું છે. હાઈપરટેન્શન સાથેના ૩૫-૪૫ વય વર્ષના લોકોને હાર્ટ સ્ટ્રોકનું જોખમ છે. ઇન્ડસ હેલ્થ પ્લસના પ્રિવેન્ટિવ હેલ્થકેર સ્પેશિયાલિસ્ટ અને જેએમડી શ્રી અમોલ નાઈકવાડીએ જણાવ્યું હતું કે એબ્નોર્મલિટી રિપોર્ટ જણાવે છે કે લગભગ ૩૫ ટકા લોકો હૃદય રોગનાં મૂક લક્ષણો વિશે અજાણ હોય છે.

Publication: Newslien Sidha Samchar

Edition: Ahmedabad

Page No: 2

Date: 2.10.16

Headline: Diabetes induced heart diseases are on rise by 16% in Ahmedabad reveals Indus Health Plus Report

ઈન્ડસ હેલ્થ પ્લસ એબ્નોર્મલિટી રિપોર્ટના તારણ મુજબ અમદાવાદમાં ડાયાબીટીસ પ્રેરિત હૃદય રોગમાં ૧૬ ટકાનો વધારો

અમદાવાદ, તા. ૧ દેશભરમાં દર વર્ષે ૨૯ સપ્ટેમ્બરે વર્લ્ડ હાર્ટ ડે પાળવામાં આવે છે. વર્લ્ડ હાર્ટ કેંદરેશનની આ વૈશ્વિક પહેલમાં આ વર્ષે દરેકેદરેકને આરોગ્યવર્ધક હૃદય અને તેને મજબૂત રાખવાનું મહત્ત્વ સમજાવવામાં આવશે. હૃદય રોગોને દૂર રાખવા માટે જીવનશૈલીમાં સીધીસાદી સુધારણા અપનાવવા માટે સમુદાયોને માહિતગાર કરવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવશે.

આ પરિપ્રેક્ષ્યમાં સ્ટર્લિંગ એડવાર્ટીસ ઈન્ડિયા લિમિટેડ સાથે સહયોગમાં એબ્નોર્મલિટી રિપોર્ટ જારી કરવામાં આવ્યો છે, જે હૃદય રોગોના વધતા પ્રવાહ વિશે ચેતવે છે. અધ્યયન હેઠળ જાન્યુઆરી ૨૦૧૫ - ઓગસ્ટ ૨૦૧૬ દરમિયાન ૧૮,૪૦૫ લોકો પર પ્રતિબંધાત્મક આરોગ્ય તપાસ કરવામાં આવી હતી. તેનો રિપોર્ટ સંકેત આપે છે કે અમદાવાદમાં નોકરી કરતા સરેરાશ ૧૬ ટકા લોકો ડાયાબીટીસ પ્રેરિત હૃદય રોગો ઉદભવવા માટે કમજોર છે. એકંદરે ૧૩,૧૦ ટકા પુરુષો અને ૧૦,૩૫ ટકા સ્ત્રીઓ હૃદયની બીમારીના જોખમથી પીડાઈ રહ્યાં છે.

આમાં ૨૫- ૩૫ વય વર્ષની ૨૫ ટકા યુવા વસતિને ડાયાબીટીસનું જોખમ છે અને તેથી હૃદય રોગોનું સંભવિત જોખમ વધ્યું છે. હાર્ટપરટેન્શન સાથેના ૩૫- ૪૫ વય વર્ષના લોકોને હાર્ટ સ્ટ્રોકનું જોખમ છે.

ઈન્ડસ હેલ્થ પ્લસના ટ્રિવેન્ટિવ હેલ્થકેર સ્પેશિયાલિસ્ટ અને જેનેમડી અમોલ નાઈકવાડીએ જણાવ્યું હતું કે એબ્નોર્મલિટી રિપોર્ટ જણાવે છે કે લગભગ ૩૫ ટકા લોકો હૃદય રોગનાં મુક લક્ષણો વિશે અજાણ હોય છે. ૧૫

ટકા પરિવારોમાં મુખ્યત્વે સ્ત્રીઓ સાથે હાર્ટ લિપિડ પ્રોફાઈલ નોંધાવી છે, જેમાંથી ૧૨- ૧૫ ટકા મધ્યમ વય જૂથના છે.

આ ગંભીર ખાત છે અને તેથી આ વર્લ્ડ હાર્ટ ડે પર અમારું લક્ષ્ય લોકોને નિયમિત કસરત, આઉટડોર રમતો રમીને, સંતુલિત આહાર સેવન કરીને અને શારીરિક વજન આદર્શ રીતે જાળવી રાખીને હૃદયને આરોગ્યવર્ધક રાખવા માટે માહિતગાર કરવાનું છે. ઉપરાંત જીવનશૈલીમાં સુધારણા, પ્રતિબંધાત્મક આરોગ્ય તપાસ અને સમયસર સ્ક્રીનિંગ પણ બીમારીઓ અને જોખમનાં પરિભળોના વહેલા નિદાનમાં અત્યંત ઉપયોગી છે, એમ નાઈકવાડીએ જણાવ્યું હતું.

૨૧ ટકા લોકો સ્પૂળ છે અને

તેમાંથી ૭ ટકાને હૃદય રોગોનું જોખમ પણ છે. સ્ત્રીઓની તુલનામાં પુરુષોમાં ૩૦- ૪૦ વય વર્ષ વચ્ચે હૃદય રોગોમાં વધારાનું પ્રમાણ ૪:૧ છે. ગુજરાતમાં પુવા પેટી હૃદય રોગો લાગુ થવા માટે કમજોર છે, કારણ કે રોગી હૃદય સાથે બેઠાડું અને તાણવુક્ત જીવનશૈલીનો તેમનો પારિવારિક ઇતિહાસ છે. બેઠાડું જીવનશૈલી, યારાખ સેવન, અયોગ્ય આહાર સાથે પ્રદૂષણ, ધૂમ્રપાન અને ઉચ્ચ તાણની સપાટી હૃદય રોગો માટે ધોગદાન આપતાં પરિભળો છે. ૩૦ ઓછી ઉંમરના લોકોને હૃદય રોગો સંબંધી લક્ષણો વિશે જાણ જ નથી અને તેથી તેઓ તાણને લીધે છાતીનું દર્દ અને અસ્વસ્થતાને પણ અવગણના કરે છે, જે હૃદયની બીમારીનું જોખમ વધારે છે.